

༄༅། བོད་ཀྱི་ནང་བསྟན་དཔེ་ཚོགས་ལྟེ་གནས་།།

*Tibetan Buddhist Resource Center*

**Text Scan Input Form - Title Page**

<b>Work:</b>	W8LS76896	<b>ImageGroup:</b>	I8LS76898
<b>LCCN:</b>	n/a	<b>ISBN:</b>	n/a

<b>Title:</b>	བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་འགྲེལ་པ་དང་། ལྷ་མགུར་ཨ་མ་ངོས་འཛིན། byang chub sems kyi 'grel pa dang / lta mgur a ma ngos 'dzin/
<b>Author:</b>	ལུ་སྒུབ་ klu sgrub
<b>Descriptor:</b>	Digital images of the text are made available through the kind support of Great Enlightenment Buddhist Institute Society (GEBIS) in Canada
<b>Original Publication:</b>	n/a;n/a
<b>Place:</b>	[s.l.]
<b>Publisher:</b>	theg chen 'dzin skyong lhan tshogs/
<b>Date:</b>	2006
<b>Volume:</b>	1
<b>Total Volumes:</b>	1
<b>TBRC Pages:</b>	2
<b>Introductory Pages:</b>	n/a
<b>Text Pages:</b>	n/a
<b>Scanning Information:</b>	Scanned at Tibetan Buddhist Resource Center, 1430 Massachusetts Ave, 5th Floor Cambridge, MA 02138.



བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་འགྲེལ་བ་དང་།  
ལྷ་མགར་ཨ་མ་ངོས་འཛིན་  
བཞུགས་སོ།

ཐེག་ཆེན་འཛིན་སྐྱོང་ལྷན་ཚོགས་ཀྱིས་དབར་བསྐྱུན་ཞུས།

སྒྲོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་ལྷ་སྒྲུབ་ཀྱིས་མཛད་པའི་

བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་འགྲེལ་པ་དང་།

ལྷ་སྒྲུབ་རིལ་པའི་དོ་རྗེས་མཛད་པའི་

ལྷ་མགྲར་ཨ་མ་ངོས་འཛིན་

བཅས་བཞུགས་སོ།།

ཐེག་ཆེན་འཛིན་སྐྱོང་ལྷན་ཆོག་གས་ཀྱིས་དཔར་བསྐྱན་བྱས།

## དཀར་ཆག

- |   |                                      |       |
|---|--------------------------------------|-------|
| ༡ | བྱང་ཚུབ་སེམས་ཀྱི་འགྲེལ་པ།            | ༡-༣༠  |
| ༢ | ལྷ་བའི་གསུང་མགྱར་ཟབ་མོ་ཨ་མ་ངོས་འཛིན། | ༣༡-༣༥ |
| ༣ | དཔར་བྱང་སྒྲིན་ཆོག                    | ༣༦    |

༡༡། ཁྱུ་གར་སྐད་དུ། བོ་རྒྱུ་ཅི་རྒྱུ་ཐི་ཐ་ར་ཁ་རྒྱལ།  
བོད་སྐད་དུ། བྱང་ཁུབ་སེམས་ཀྱི་འགྲེལ་པ་ཞེས་བྱ་བ།  
དཔལ་དེ་མེ་སེམས་དཔལ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།

དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་དང་བྱལ་བ།

ཕྱང་པོ་ཐམས་དང་སྐྱེ་མཆེད་ཀྱི།

གཟུང་དང་འཛིན་པ་རྣམས་སྤངས་པ།

ཆོས་བདག་མེད་པ་མཉམ་ཉིད་པས།

རང་སེམས་གདོད་ནས་མ་སྐྱེས་པ།

སྤོང་པ་ཉིད་ཀྱི་རང་བཞིན་ནོ། ། ཞེས་བྱ་བ་འབྱུང་ངོ་།

སངས་རྒྱལ་བཅོམ་ཡུན་འདས་རྣམས་དང་། བྱང་ཁུབ་སེམས་དཔལ་འཆེན་པོ་དེ་རྣམས་  
ཀྱིས་ཇི་ལྟར་བྱང་ཁུབ་ཆེན་པོར་ཕྱགས་བསྐྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ། བདག་གིས་ཀྱང་  
སེམས་ཅན་མ་སྐྱལ་བ་རྣམས་བསྐྱལ་བ་དང་། མ་གྲོལ་བ་རྣམས་དགྲོལ་བ་དང་།  
དབྱུགས་མ་ཕྱུང་བ་རྣམས་དབྱུགས་དབྱུང་བ་དང་། ཡོངས་སུ་མྱ་ངན་ལས་མ་འདས་  
པ་རྣམས་ཡོངས་སུ་མྱ་ངན་ལས་འདའ་བའི་ཕྱིར་དུས་འདི་ནས་བཟུང་ནས་སྤོང་པོ་  
བྱང་ཁུབ་ལ་མཆིས་ཀྱི་བར་དུ་བྱང་ཁུབ་ཆེན་པོར་སེམས་བསྐྱེད་པར་བགྱིལ། །བྱང་  
ཁུབ་སེམས་དཔལ་གསང་ཕྱགས་ཀྱི་སྒོར་སྤྱད་པ་སྤྱོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་དེ་ལྟར་ཀྱུན་  
ཇོ་བ་ཀྱི་རྣམ་པས་བྱང་ཁུབ་ཀྱི་སེམས་སྒྲིན་པའི་རང་བཞིན་ཅན་བསྐྱེད་ནས། དོན་  
དམ་པའི་བྱང་ཁུབ་ཀྱི་སེམས་བསྒྲོམ་པའི་སྤོང་བས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་ཡིན་པས་  
དེའི་ཕྱིར་དེའི་རང་བཞིན་བཤད་པར་བྱའོ།

བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་བདག་ཉིད་དངོས།  
དཔལ་ལྷན་ནི་རྩེ་བསྐྱམས་བརྟུང་དེ།  
བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་བསྐྱེལ་པ་ནི།  
སྲིད་པ་འཇིག་དེ་བདག་གིས་བཤད། ༡ །

སངས་རྒྱལ་ལྷན་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་སེམས།  
བདག་དང་མུང་སོགས་ལྷན་རིག་གི།  
རྟོག་པ་ལྷན་ཀྱིས་མ་བསྐྱབས་པ།  
རྟོག་ཏུ་སྟོང་ཉིད་མཚན་ཉིད་བཞེད། ༢ །

སྟིང་རྩེས་བརྒྱན་པའི་སེམས་ཀྱིས་ནི།  
འབད་པས་བསྐྱེལ་པར་བྱ་བ་ཡིན།  
ཐུགས་རྩེའི་བདག་ཉིད་སངས་རྒྱལ་གྱིས།  
བྱང་ཆུབ་སེམས་འདི་རྟོག་ཏུ་བསྐྱེལ། ༣ །

མུ་སྟེགས་ཅན་གྱིས་གང་བཏགས་པའི།  
བདག་དེ་རིགས་པས་ལྷན་དཔུང་ན།  
མུང་ལྷན་ཀྱི་ནང་ལྷན་ན།  
གང་ཞིག་གནས་ཀྱང་རྟོག་མ་ཡིན། ༤ །

ཕྱང་ནམས་ཡོད་ཀྱི་དེ་རྟག་མིན།  
དེ་ཡང་བདག་གི་ངོ་པོ་མིན།  
གང་ཡང་རྟག་དང་མི་རྟག་གཉིས།  
རྟེན་དང་བརྟེན་པའི་དངོས་པོ་མེད། ༥ ॥

བདག་ཅེས་བྱ་སྟེ་ཡོད་མིན་ན།  
བྱེད་པོ་ཞེས་བྱ་ག་ལ་རྟག།  
ཆོས་ཅན་ཡོད་ན་ཆོས་ནམས་ལ།  
འཇིག་རྟེན་ན་ནི་དཔྱིད་པ་འཇུག། ༦ ॥

གང་ཕྱིར་རྟག་པས་དོན་བྱེད་པ།  
རིམ་དང་ཅིག་ཅར་གྱིས་མིན་པ།  
དེ་ཕྱིར་ཕྱི་རོལ་ནང་དུ་ནི།  
རྟག་པའི་དངོས་དེ་མེད་པ་ཉིད། ༧ ॥

གལ་ཏེ་རྒྱས་ན་ཅི་སྟེ་སྟོས།  
དེ་ནི་ཅིག་ཅར་དངོས་འབྱིན་འགྱུར།  
གང་ཞིག་དངོས་གཞན་ལ་སྟོས་པ།  
དེ་ནི་རྟག་དང་རྒྱས་ལྡན་མིན། ༨ ॥



གལ་ཏེ་དངོས་ན་ཏག་མིན་ཏེ།  
 དངོས་མཆོས་ཏག་ཏུ་སྒྲིབ་ཅིག་ཕྱིར།  
 གང་ཕྱིར་མི་ཏག་དངོས་པོ་ལ།  
 བྱེད་པ་པོ་ཉིད་བཀག་པ་མེད། ༥ ॥

བདག་སོགས་བྲལ་པའི་འཛིག་རྟེན་འདི།  
 བྱང་པོ་ཁམས་དང་སྦྲེམ་ཆེད་དང་།  
 གཟུང་དང་འཛིན་པ་ཉིད་དག་གི།  
 སྒྲིལ་སྒྲིལ་པར་འཛོམས་པར་འགྱུར། ༡༠ ॥

ཕན་པར་བཞེད་པ་མཆོས་ཀྱིས་ནི།  
 གཟུགས་དང་ཆོར་བ་འདུ་ཤེས་དང་།  
 འདུ་བྱེད་མཆོས་ཤེས་ཕྱང་པོ་ལ།  
 དེ་ལྟར་ཉན་ཐོས་མཆོས་ལ་གསུངས། ༡༡ ॥

ཀྱང་གཉིས་མཆོག་གིས་ཏག་ཏུ་ཡང་།  
 གཟུགས་ནི་དབྱ་བ་དོས་འདྲར་སྒྲིབ་།  
 ཆོར་བ་ཆུ་ཡི་ཆུ་བྱར་འདྲ།  
 འདུ་ཤེས་སྒྲིག་ཏུ་དང་མཆོངས་ཤིང་། ༡༢ ॥

འདྲ་བྱེད་ཆུ་ཤིང་དང་འདྲ་ལ།  
 རྣམ་ཤེས་སྒྱུ་མ་ལྟ་བུ་ཞེས།  
 ཡུང་པོ་བརྟན་པ་འདི་ལྟ་བུ།  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ལ་གསུངས། ༡༩ །

འབྱུང་ཆེན་བཞི་ཡི་རང་བཞིན་ཅན།  
 གཟུགས་ཀྱི་ཡུང་པོ་རབ་ཏུ་བཤད།  
 ལྷག་མ་གཟུགས་མེད་ཉིད་དུ་ནི།  
 མེད་ན་མི་འབྱུང་བྱིར་ན་འགྲུབ། ༢༠ །

དེ་དག་རྣམས་ཀྱི་མིག་གཟུགས་སོགས།  
 ཁམས་རྣམས་བཤད་པ་དེ་དག་ཉིད།  
 སྒྱེ་མ་ཆེད་དག་ནི་གཟུང་བ་དང་།  
 འཛིན་པར་ཡང་ནི་ཤེས་པར་བྱ། ༢༡ །

གཟུགས་རྒྱལ་མེད་གཞན་དབང་པོ་མེད།  
 བྱེད་པོ་འདྲ་བ་པོ་ཤིན་ཏུ་མེད།  
 སྒྱེད་པ་པོ་དང་སྒྱེད་པ་དག།  
 ཡང་དག་བསྐྱེད་པར་རིགས་མ་ཡིན། ༢༢ །

གཟུགས་རྩལ་དབང་གིས་སྦྱོང་ཡིན་ཏེ།  
 དེ་ནི་དབང་པོ་ལས་འདས་ཡིན།  
 འདུས་པས་དེ་རྣམས་སྦྱོང་བྱེད་ན།  
 ཚོགས་པ་དེ་ཡང་མི་འདོད་དོ། ༡༥ ॥

ཕྱོགས་ཀྱི་དབྱེ་བས་བྱེ་བ་ཡིས།  
 རྩལ་ཕྱན་ལ་ཡང་དབྱེ་བ་མཐོང་།  
 གང་ལ་ཆ་གས་ཀྱིས་བརྟགས་པ།  
 དེར་ནི་རྩལ་ཕྱན་རི་ལྟར་འཐད། ༡༦ ॥

ཕྱེ་རོལ་དོན་ནི་རྣམ་གཅིག་ལ།  
 ཐད་ད་གིས་པ་འདུག་པར་འགྱུར།  
 ཡིད་འོང་གཟུགས་ནི་གང་ཡིན་པ།  
 དེ་ཉིད་གཞན་ལ་གཞན་དུ་འགྱུར། ༡༧ ॥

བྱད་མེད་གཟུགས་ནི་གཅིག་པུ་ལ།  
 རོ་དང་འདོད་བྱ་བ་ཟུང་བ་ལ།  
 ཀྱན་རྒྱ་ཆགས་ཅན་ཕྱི་རྣམས་བཞིན།  
 རྣམ་པར་རྟོག་པ་གསུམ་ཡིན་ནོ། ༡༨ ॥

དོན་མཚུངས་པ་ཡིས་དོན་བྱེད་པ།  
 ཆེ་ལམ་གནོད་པ་བཞིན་མིན་ནམ།  
 ཆེ་ལམ་སད་པའི་གནས་སྐབས་ལ།  
 དོན་བྱེད་པ་ལ་བྱེད་པར་མེད། ༡༡ །

གཟུང་དང་འཛིན་པའི་ངོ་བོ་ཡིས།  
 རྣམ་ཤེས་སྒྲུང་བ་གང་ཡིན་པ།  
 རྣམ་ཤེས་ལས་ནི་ཐ་དད་པར།  
 བྱེ་རྒྱུ་དོན་ནི་འགའ་ཡང་མེད། ༡༢ །

དེ་ཕྱིར་དངོས་པོའི་ངོ་བོར་ནི།  
 བྱེ་དོན་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་མེད།  
 རྣམ་ཤེས་སེམས་སྒྲུང་བ་འདི།  
 གཟུགས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྒྲུང་བར་གྱུར། ༡༣ །

ངེ་ལྟར་སྒྱུ་བོ་སེམས་སྒྲུངས་པས།  
 སྒྱུ་མ་སྒྲིག་རྒྱ་དྲི་ཟེམ་ཡི།  
 བྱང་ཆུབ་ལ་སོགས་མཐོང་བ་ལྟར།  
 དེ་བཞིན་གཟུགས་སོགས་སྒྲུང་བ་ཡིན། ༡༤ །

བདག་ཏུ་འཛིན་པ་བརྒྱུག་པའི་ཕྱིར།  
ཕྱང་པོ་ཁམས་སོགས་བརྟན་པ་ཡིན།  
སེམས་ཙམ་པོ་ལ་གནས་ནས་ནི།  
སྐལ་ཆེན་ནམས་ཀྱིས་དེ་ཡང་སྤངས། ༡༥ ॥

ནམ་པར་གཤམ་པར་སྤྲོ་བ་ལ།  
སྐྱེ་ཆོགས་འདི་ནི་སེམས་སུ་གྱུབ།  
ནམ་གཤམ་རང་བཞིན་གང་ཞེན།  
དེ་ནི་དེ་ཉིད་བཤད་བྱ་སྟེ། ༡༦ ॥

འདི་དག་ཐམས་ཅད་སེམས་ཙམ་ཞེས།  
ཐུབ་པས་བརྟན་པ་གང་མཛད་དེ།  
བྱིས་པ་ནམས་ཀྱི་སྒྲག་པ་ནི།  
སྤང་བའི་ཕྱིར་ཡིན་དེ་ཉིད་མིན། ༡༧ ॥

ཀྱན་བརྟགས་དང་ནི་གཞན་དབང་དང་།  
ཡོངས་སུ་གྱུབ་པ་འདི་ཉིད་ནི།  
སྤོང་ཉིད་བདག་ཉིད་གཅིག་པུ་ཡི།  
ངོ་བོ་སེམས་ལ་བརྟག་པ་ཡིན། ༡༨ ॥

ཐེག་ཆེན་དགའ་པའི་བདག་ཉིད་ལ།  
 ཆོས་ལ་བདག་མེད་མཉམ་པ་ཉིད།  
 རང་སེམས་གཏོད་ནས་མ་སྦྱེས་པ།  
 སངས་རྒྱལ་གྱིས་ནི་མདོར་བསྡུས་གསུངས། ༡༩ ॥

ནལ་འཕྱོར་སྤྱོད་པ་བ་ནམས་གྱིས།  
 རང་གི་སེམས་ཀྱི་དབང་བྱས་ཏེ།  
 གནས་ཡོངས་ཀྱི་ར་ནས་དག་པའི་སེམས།  
 སྲི་སྲིར་རང་རིག་སྤྱོད་ཡུལ་བཟོད། ༢༠ ॥

འདས་པ་གང་ཡིན་དེ་ནི་མེད།  
 མ་འོངས་པ་ནི་ཐོབ་པ་མེན།  
 གནས་ཁྱིར་གནས་ནི་ཡོངས་ཀྱི་ར་པ།  
 ད་ལྟ་བལ་ག་ལ་ཡོད། ༢༡ ॥

དེ་ཇི་ལྟ་བུ་དེར་མི་སྤང་།  
 སྤང་བ་ཇི་ལྟར་དེ་བཞིན་མིན།  
 ནམ་ཤེས་བདག་མེད་ངོ་མོ་སྟེ།  
 རྟོན་གཞན་ནམ་པར་ཤེས་པ་མེད། ༢༢ ॥

ཇི་ལྟར་ཁབ་ལེན་དང་ཉེ་བས།  
 ལྷགས་ནི་ཐུར་དུ་ཡོངས་སུ་འཁོར།  
 དེ་ལ་སེམས་ནི་ཡོད་མིན་ཏེ།  
 སེམས་དང་ལྷན་བཞིན་སྒྲུང་བར་འགྱུར། ༡༡ །

དེ་བཞིན་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས་ནི།  
 བདེན་མིན་བདེན་པ་བཞིན་དུ་ནི།  
 གང་ཆེ་འགྲོ་འོང་གཡོ་བར་འགྱུར།  
 དེ་ཆེ་སྲིད་པ་འཛིན་པར་བྱེད། ༡༢ །

ཇི་ལྟར་རྒྱ་མཚོ་དང་ནི་གིང་།  
 སེམས་ནི་མེད་ཀྱང་གཡོ་བར་འགྱུར།  
 དེ་བཞིན་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས་ནི།  
 ལྷས་བརྟེན་ནས་ནི་གཡོ་བ་ཡིན། ༡༣ །

ལྷས་མེད་ན་ནི་རྣམ་པར་ཤེས།  
 ཡོད་པ་མིན་ཞེས་ཡོངས་ཏོག་ན།  
 དེ་ཡི་སྤྲོ་སྤྲོ་རང་རིག་ཉིད།  
 ཅི་འདྲ་ཞེས་ཀྱང་བརྟོན་པར་གྱིས། ༡༤ །

ས་ས་རང་རིག་ཉིད་བཟློང་པས།  
 དེ་ནི་དངོས་པོ་ཉིད་དུ་བཟློང་།  
 འདི་དེ་ཡིན་ཞེས་བཟློང་པ་ནི།  
 རྒྱས་མིན་ཞེས་ཀྱང་བཟློང་པ་ཡིན། ༡༥ ॥

རང་ལ་ངེས་བཞིན་གཞན་དག་ལ།  
 ངེས་པ་བསྐྱེད་པར་བྱ་བའི་བྱིར།  
 ཉམ་ཏུ་འབྲུལ་པ་མེད་པར་ནི།  
 མཁས་མཁས་རབ་ཏུ་འཇུག་པ་ཡིན། ༡༦ ॥

ཤེས་པས་ཤེས་བྱ་རྟོགས་པ་སྟེ།  
 ཤེས་བྱ་མེད་པར་ཤེས་པ་མེད།  
 དེ་ལྟར་ན་ནི་རིག་བྱ་དང་།  
 རིག་བྱེད་མེད་ཅིས་ཅིས་མི་འདོད། ༡༧ ॥

སེམས་ནི་མིང་ཅམ་ཡིན་པ་སྟེ།  
 མིང་ལས་གཞན་དུ་འགའ་ཡང་མེད།  
 མིང་ཅམ་དུ་ནི་རྣམ་རིག་བརྟུ།  
 མིང་ཡང་རང་བཞིན་མེད་པ་ཡིན། ༡༨ ॥



ནང་རམ་དེ་བཞིན་སྤྱི་རོལ་ལམ།  
 ཡང་ན་གཉིས་ཀའི་བར་དག་ཏུ།  
 རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་སེམས་མ་རྟེན།  
 དེ་སྤྱིར་སྒྱུ་མའི་རང་བཞིན་སེམས། ༤༡ །

ཁ་དོག་དབྱིབས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ལམ།  
 གཟུང་བ་དང་ནི་འཛིན་པ་ལམ།  
 རྒྱུས་པ་བྱུང་མེད་མ་ཉིང་སོགས།  
 རོ་བོ་སེམས་ནི་གནས་པ་མིན། ༤༢ །

མཛོར་ན་སངས་རྒྱལ་རྣམས་ཀྱིས་ནི།  
 གཟིགས་པར་མ་གྱུར་གཟིགས་མི་འགྱུར།  
 རང་བཞིན་མེད་པའི་རང་བཞིན་ཅན།  
 རི་ལྗ་བྱར་ན་གཟིགས་པར་འགྱུར། ༤༣ །

དངོས་པོ་ཞེས་བྱ་རྣམ་རྟོག་ཡིན།  
 རྣམ་རྟོག་མེད་པ་སྟོང་པ་ཡིན།  
 གང་ཏུ་རྣམ་རྟོགས་སྒྲུང་བ།  
 དེར་ནི་སྟོང་ཉིད་ག་ལ་ཡོད། ༤༤ །

བྱང་ཆུབ་སེམས་འབྲེལ།

རྟོགས་བྱ་རྟོགས་བྱེད་ནམ་པའི་སེམས།  
དེ་བཞིན་གཤེགས་ནམས་ཀྱིས་མ་གཟིགས།  
གང་ན་རྟོགས་བྱ་རྟོགས་བྱེད་ཡིད།  
དེར་ནི་བྱང་ཆུབ་ཡིད་མ་ཡིན། ༤༥ ॥

མཚན་ཉིད་མེད་ཅིང་སྦྱེ་བ་མེད།  
ཡོད་གྱུར་མ་ཡིན་ངག་ལམ་བྲལ།  
མཁའ་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དང་ནི།  
བྱང་ཆུབ་གཉིས་མེད་མཚན་ཉིད་ཅན། ༤༦ ॥

བྱང་ཆུབ་སྤིང་པོ་ལ་བཞུགས་པའི།  
བདག་ཉིད་ཆེན་པོའི་སངས་ཀྱས་དང་།  
བཙེ་ལྟ་ཀྱན་གྱིས་དུས་ཀྱན་དུ།  
སྤོང་པ་མཁའ་དང་མཚུངས་པར་མཁྱེན། ༤༧ ॥

དེ་ཕྱིར་ཆོས་ནམས་ཀྱན་གྱི་གནི།  
ཞི་ཞིང་སྦྱུ་མ་དང་མཚུངས་པར།  
གནི་མེད་སྤྲིད་པ་འཛིག་བྱེད་པའི།  
སྤོང་པ་ཉིད་འདི་ནག་དུ་བསྒྲོམ། ༤༨ ॥

སྒྱེ་མེད་དང་ནི་སྒྲོང་ཉིད་དང་།  
 བདག་མེད་ཅེས་བྱར་སྒྲོང་པ་ཉིད་།  
 བདག་ཉིད་དམན་པ་གང་སྒྲོམ་པ།  
 དེ་དེ་སྒྲོམ་པར་བྱེད་པ་མིན། ༤༩ ॥

དགེ་དང་མི་དགེའི་ནམ་རྟོག་གི།  
 ལྷན་ཆད་པ་ཡི་མཚན་ཉིད་ཅན།  
 སྒྲོང་ཉིད་སངས་རྒྱལ་གྱིས་གསུངས་གཞན།  
 དེ་དག་སྒྲོང་པ་ཉིད་མི་བཞེད། ༥༠ ॥

སེམས་ལ་དམིགས་པ་མེད་པ་ཡི།  
 གནས་པ་ནམ་མཁའི་མཚན་ཉིད་ཡིན།  
 དེ་དག་སྒྲོང་ཉིད་སྒྲོམ་པ་ནི།  
 ནམ་མཁའ་བསྒྲོམ་པར་བཞེད་པ་ཡིན། ༥༡ ॥

སྒྲོང་ཉིད་སེམས་སྒྲུ་ཡིས་ནི།  
 སྒྲུ་བ་ཐམས་ཅད་སྒྲུག་པར་མཛད།  
 གང་དང་གང་དུ་དེ་དག་ཁྱུགས།  
 དེ་དང་དེར་ནི་སྒྲོང་ཉིད་འགྱུར། ༥༢ ॥

གང་གི་ནམ་ཤེས་སྐད་ཅིག་མ།  
 དེ་ཡི་དེ་ནི་རྟག་མ་ཡིན།  
 སེམས་ནི་མི་རྟག་ཉིད་ཡིན་ན།  
 ལྟོང་པ་ཉིད་དུ་ངེ་ལྟར་འགལ། ༥༡ །

མདོར་ན་སངས་རྒྱས་ནམས་ཀྱིས་ནི།  
 སེམས་ནི་མི་རྟག་ཉིད་བཞེད་ན།  
 དེ་དག་སེམས་ནི་ལྟོང་ཉིད་དུ།  
 ཅི་ཡི་ཕྱིར་ན་བཞེད་མི་འགྱུར། ༥༢ །

ཐོག་མ་ཉིད་ནས་སེམས་ཀྱི་ནི།  
 རང་བཞིན་རྟག་ཏུ་མེད་པར་འགྱུར།  
 དངོས་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ།  
 རང་བཞིན་མེད་ཉིད་བཞིན་པ་མིན། ༥༣ །

དེ་སྐད་བཞིན་ན་སེམས་ཀྱི་ནི།  
 བདག་གི་གནས་པ་སྤངས་པ་ཡིན།  
 རང་གི་རང་བཞིན་ལས་འདས་པ།  
 དེ་ནི་ཆོས་ནམས་ཆོས་ཉིད་མིན། ༥༤ །

ཇི་ལྟར་བྱ་རམ་མངར་བ་དང་།  
 མེ་ཡི་རང་བཞིན་ཆ་བ་བཞིན།  
 དེ་བཞིན་ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་ཀྱི།  
 རང་བཞིན་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་འདོད། ༥༥ ॥

སྟོང་ཉིད་རང་བཞིན་དུ་བརྟེན་པས།  
 གང་ཞིག་ཆད་པར་སྒྲ་བ་མིན།  
 དེས་ནི་དྲག་པ་ཉིད་དུ་ཡང་།  
 འག་འཁྱིལ་སྒྲས་པ་མ་ཡིན་ནོ། ༥༦ ॥

མ་རིག་ནས་བརྩམས་ན་བཡི།  
 མཐར་ཐུག་ཡན་ལག་བརྩ་གཉིས་ཀྱི།  
 བརྟེན་ནས་འབྱུང་བའི་བྱ་བ་ནི།  
 ཁོ་བོ་མི་ལམ་སྒྲུ་འདྲར་འདོད། ༥༧ ॥

ཡན་ལག་བརྩ་གཉིས་འཁོར་ལོ་འདི།  
 སྲིད་པའི་ལམ་དུ་འཁོར་བ་སྟེ།  
 དེ་ལས་གཞན་དུ་སེམས་ཅན་གང་།  
 ལས་འབྲས་སྟོད་པར་འདོད་པ་མེད། ༥༨ ॥

ཇི་ལྟར་མེ་ལོང་ལ་བརྟེན་ནས།  
 བཞིན་གྱི་དཀྱིལ་འཁོར་སྒྲུང་བྱུང་བ།  
 དེ་ནི་དེར་འཕྲོ་མ་ཡིན་ཞིང་།  
 དེ་མེད་པར་ཡང་དེ་ཡོད་མིན། ༦༡ ॥

དེ་བཞིན་ཕུང་པོ་ཉིང་མཆོམས་སྦྱོར།  
 སྤྲོད་པ་གཞན་དུ་སྦྱོར་བ་དང་།  
 འཕྲོ་བ་མེད་པར་མཁུས་ནམས་ཀྱིས།  
 ཉག་དུ་ངེས་པ་བྱ་བ་ཡིན། ༦༢ ॥

མདོར་ན་སྦྱོང་པའི་ཆོས་ནམས་ལས།  
 ཆོས་ནམས་སྦྱོང་པ་སྦྱོར་བར་འགྱུར།  
 སྤྲོད་པོ་ལས་འབྲས་ལོངས་སྦྱོང་བ།  
 ཀུན་རྫོག་དུ་ནི་ཁྱུང་བས་བརྟེན། ༦༣ ॥

ཇི་ལྟར་རྩ་ལི་སྒྲུང་ནི།  
 དེ་བཞིན་ཕུ་གུ་ཆོགས་པས་བསྦྱོད།  
 ཕྱི་ལི་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་འབྲུང་བ།  
 མི་ལམ་སྦྱོར་མ་དང་མཆོངས་འདོད། ༦༤ ॥

ཆོས་ནམས་རྒྱ་ལས་སྐྱེས་པ་ནི།  
 ནམ་ཡང་འགལ་བར་མི་འགྱུར་ཏེ།  
 རྒྱ་ནི་རྒྱ་ཉིད་ཀྱིས་སྦྱང་པས།  
 དེ་ནི་སྐྱེ་བ་མེད་པར་རྟོགས། ༥༥ །

ཆོས་ནམས་ཀྱིས་ནི་སྐྱེ་བ་མེད།  
 སྦྱང་ཉིད་ཡིན་པར་རབ་ཏུ་བཤད།  
 མདོར་ན་ཡུང་པོ་ལྔ་ནམས་ནི།  
 ཆོས་ཀྱན་ཞེས་ནི་བཤད་པ་ཡིན། ༥༦ །

དེ་ཉིད་ཇི་བཞིན་བཤད་པས་ན།  
 ཀྱན་ཇོ་བ་རྒྱ་ནི་ཆད་མི་འགྱུར།  
 ཀྱན་ཇོ་བ་ལས་ནི་ཐད་དཔར།  
 དེ་ཉིད་དམིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ༥༧ །

ཀྱན་ཇོ་བ་སྦྱང་པ་ཉིད་ཏུ་བཤད།  
 སྦྱང་པ་ཁོ་ན་ཀྱན་ཇོ་བ་ཡིན།  
 མེད་ན་མི་འབྱུང་ངེས་པའི་ཁྱིར།  
 བྱས་དང་མི་རྟག་ཇི་བཞིན་ནོ། ༥༨ །

ཀུན་རྫོབ་ཉིན་མོངས་ལས་ལས་བྱུང་།  
 ལས་ནི་སེམས་ལས་བྱུང་བ་ཡིན།  
 སེམས་ནི་བག་ཆགས་ནམས་ཀྱིས་བསགས།  
 བག་ཆགས་བྲལ་ན་བདེ་བ་སྟེ། ༥༩ །

བདེ་བའི་སེམས་ནི་ཞི་བ་ཉིད།  
 སེམས་ཞི་བ་ནི་མོངས་མི་འགྱུར།  
 མོངས་མེད་དེ་ཉིད་རྟོགས་པ་སྟེ།  
 དེ་ཉིད་རྟོགས་པས་གྲོལ་ཐོབ་འགྱུར། ༥༠ །

དེ་བཞིན་ཉིད་དང་ཡང་དག་མཐའ།  
 མཆན་མ་མེད་དང་དོན་དམ་ཉིད།  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་མཆོག་དེ་ཉིད་དང་།  
 སྟོང་ཉིད་དུ་ཡང་བཤད་པ་ཡིན། ༥༡ །

གང་དག་སྟོང་ཉིད་མི་ཤེས་པ།  
 དེ་དག་ཐར་པའི་རྟེན་མ་ཡིན།  
 འགྲོ་བྱ་གསུང་པའི་བཙོན་རར་ནི།  
 མོངས་པ་དེ་དག་འཁོར་བར་འགྱུར། ༥༢ །



དེ་ལྟར་སྟོང་པ་ཉིད་འདི་ནི།  
 རྣལ་འབྱོར་པ་ཡིས་བསྐྱེམ་བྱས་ན།  
 གཞན་གྱི་དོན་ལྟ་ཆགས་པ་འོས།  
 འབྱུང་བར་འགྱུར་བ་ཐེ་ཚོམ་མེད། ༥༣ །

གང་དག་ཡ་དང་མ་དང་ནི།  
 གཉེན་བཤེས་གྱུར་པས་བདག་ལ་སྟོན།  
 བཅ་པ་བྱས་པར་གྱུར་པ་ཡི།  
 སེམས་ཅན་དེ་དག་རྣམས་ལ་ནི།  
 བྱས་པ་གཞི་བར་གྱུར་པར་བྱ། ༥༤ །

སྲིད་པའི་བཙོན་རར་སེམས་ཅན་ནི།  
 ཉོན་མོངས་མེ་ཡིས་གདུངས་རྣམས་ལ།  
 བདག་གིས་སྤྱག་བསྐྱེལ་སྦྱིན་པ་ལྟར།  
 དེ་བཞིན་བདེ་བ་སྦྱིན་པར་རིགས། ༥༥ །

འཇིག་རྟེན་བདེ་འགྲོ་ངན་འགྲོ་ཡི།  
 འདོད་དང་མི་འདོད་འབྲས་བྱ་དེ།  
 སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ཡན་པ་དང་།  
 གཞོད་པ་ལས་ནི་འབྱུང་བར་འགྱུར། ༥༦ །

སེམས་ཅན་བརྟེན་པས་སངས་རྒྱས་ཀྱི།  
གོ་འཕང་སྒྲ་མེད་ཉིད་འགྱུར་ན།  
ལྷ་དང་མི་ཡི་ལོངས་སྤྱོད་གང་།  
ཆངས་དང་དབང་པོ་དག་པོ་དང་། ༥༥ །

འཇིག་རྟེན་སྤྱིང་བས་བརྟེན་དེ་དག།  
སེམས་ཅན་ཕན་པ་ཅམ་ཞིག་གིས།  
མ་དངས་པ་ནི་འགྲོ་གསུམ་འདིར།  
འགའ་ཡང་མེད་ལ་མཆར་ཅི་ཡོད། ༥༦ །

སེམས་དཔྱལ་དུད་འགྲོ་ཡི་དྲགས་སུ།  
སྤྱུག་བསྐལ་ནམ་པ་དུ་མའི་དངོས།  
སེམས་ཅན་ནམས་ཀྱིས་སྤྱིང་བ་གང་།  
དེ་ནི་སེམས་ཅན་གཞོན་ལས་བྱུང་། ༥༧ །

བཀྲེས་སྒྲོམ་ཕན་ཚུན་རྟེན་པ་དང་།  
གཟིར་བ་ཡི་ནི་སྤྱུག་བསྐལ་ཉིད།  
བརྗོད་པར་དཀའ་ཞིང་ཟད་མེད་དེ།  
སེམས་ཅན་གཞོན་པའི་འབྲས་བུ་ཡིན། ༥༨ །

སངས་རྒྱལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་ཉིད་དང་།

བདེ་འགྲོ་དང་ནི་ངན་འགྲོ་གང་།

སེམས་ཅན་དག་གི་རྣམ་སྤྲིན་ཀྱང་།

ངོ་བོ་གཉིས་སུ་ཤེས་པར་བྱ། ༡༡ །

དངོས་པོ་ཀྱན་གྱིས་བསྟེན་བྱ་ཞིང་།

རང་གི་ལུས་བཞིན་བསྐྱང་བར་བྱ།

སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ཆགས་བྲལ་བ།

དུག་བཞིན་འབད་པས་སྤང་བར་བྱ། ༡༢ །

ཉན་ཐོས་རྣམས་ནི་ཆགས་བྲལ་བས།

བྱང་ཆུབ་དམན་པ་ཐོབ་མིན་ནས།

སེམས་ཅན་ཡོངས་སུ་མ་དོར་བས།

རྫོགས་སངས་རྒྱལ་གྱིས་བྱང་ཆུབ་ཐོབ། ༡༣ །

དེ་ལྟར་ཡན་དང་མི་ཡན་པའི།

འབྲས་བུ་འབྱུང་བར་དབྱེད་པ་ན།

དེ་དག་སྐད་ཅིག་གཅིག་ཀྱང་ནི།

རང་དོན་ཆགས་ཤིང་ཇི་ལྟར་གནས། ༡༤ །

སྒྲིང་རྗེས་བརྟན་པའི་ཙུ་བ་ཅན།  
 བྱང་ཆུབ་སྤྱ་གྲུ་ལས་བྱང་བ།  
 གཞན་དོན་གཅིག་འབྲས་བྱང་ཆུབ་ནི།  
 རྒྱལ་བའི་སྤྲས་ནམས་སྒྲོམ་པར་བྱེད། ༡༥ ॥

གང་ཞིག་བསྒྲོམས་པས་བརྟན་པ་ནི།  
 གཞན་གྱི་སྤྱ་ག་བསྐྱེད་གྱིས་བྱེད་ནས།  
 བསམ་གཏན་བདེ་བ་དོར་ནས་ཀྱང་།  
 མནར་མེད་པར་ཡང་འཇུག་པར་བྱེད། ༡༦ ॥

འདི་ནི་ངོ་མཆར་འདི་བསྐྱེད་པའོ།  
 འདི་ནི་དམ་པའི་རྒྱལ་ལུགས་མཆོག།  
 དེ་དག་ནམས་ཀྱི་རང་ལུས་དང་།  
 རོར་ནམས་བྱིན་པ་ངོ་མཆར་མིན། ༡༧ ॥

ཆོས་ནམས་སྒྲོང་པ་འདི་ཤེས་ནས།  
 ལས་དང་འབྲས་བྱ་བསྐྱེད་པ་གང་།  
 དེ་ནི་ངོ་མཆར་བས་ངོ་མཆར་།  
 མདུ་བྱང་བས་མདུ་བྱང་། ༡༨ ॥

སེམས་ཅན་བརྒྱུབ་པའི་བསམ་པ་ཅན།  
 དེ་དག་མིན་པའི་འདམ་སྒྲིམ་གྱང་།  
 དེ་བྱུང་ཉེས་པས་མགོས་པ།  
 རྒྱལ་པོ་འདྲི་འདབ་མ་བཞིན། ༡༩ །

ཀུན་བཟང་ལ་སོགས་ཀྱི་པ་འདི་སྤྲུལ།  
 རྫོང་ཉིད་ཡེ་ཤེས་མེ་ཡིས་ནི།  
 ཅོན་མོངས་བྱུང་གིང་བསྐྱེད་མོད་ཀྱི།  
 དེ་རྩེ་རྩིང་རྩེས་བརྒྱན་གྱུར་ཅིང་། ༢༠ །

རྩིང་རྩེའི་དབང་དུ་གྱུར་པ་ནམས།  
 གཤེགས་དང་བརྩམས་དང་རོལ་པ་དང་།  
 ཁབ་ནས་འབྱུང་དང་དཀའ་བ་སྤྱོད།  
 བྱང་ཆུབ་ཆེ་དང་བདུད་རྩི་འཛོམས། ༢༡ །

ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བ་དང་།  
 ལྷ་ནམས་ཀུན་ལ་ཞུགས་པ་དང་།  
 དེ་བཞིན་དུ་ནི་མུ་ངན་ལས།  
 འདས་པ་རྫོན་པར་མཛད་པ་ཡིན། ༢༢ །

ཚངས་དང་དབང་པོ་བྱབ་འདུག་དང་།  
 དག་ཚིགས་གཟུགས་སུ་སྒྲུལ་མཛད་ནས།  
 འགོ་བ་འདུལ་བའི་སྒྲུབ་བཞིས།  
 ཟུགས་རྗེའི་རང་བཞིན་ཅན་གར་མཛད། ༥༣ །

སྲིད་པའི་ལམ་ལ་སྒྲུ་རྣམས་ལ།  
 ངལ་གསེའི་དོན་དུ་ཐེག་པ་ཆེ།  
 འབྱུང་བའི་ཡེ་ཤེས་གཉིས་པོ་ཡང་།  
 གསུངས་པ་ཡིན་ཏེ་དོན་དམ་མིན། ༥༤ །

དེ་སྲིད་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་མ་བསྐྱལ།  
 དེ་སྲིད་ཡེ་ཤེས་ལུས་དངོས་ཅན།  
 ཏིང་འཛིན་སྒྲུས་པས་བརྒྱལ་འགྱུར་བ།  
 ཉན་ཐོས་དེ་དག་གནས་པར་འགྱུར། ༥༥ །

བསྐྱལ་ན་སྒྲུ་ཚོགས་གཟུགས་ཀྱིས་ནི།  
 སེམས་ཅན་དོན་ལ་ཆགས་གྱུར་ཅིང་།  
 བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ཚོགས་བསགས་ན།  
 སངས་རྒྱས་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པར་འགྱུར། ༥༦ །

གཉིས་ཀྱི་བག་ཆགས་ཡོད་པའི་བྱེར།  
 བག་ཆགས་ས་པོན་བཞི་དཔ་ཡིན།  
 ས་པོན་དེ་དངོས་ཆོགས་པ་ལས།  
 བྱེད་པའི་མུ་གུ་སྦྱེད་པར་བྱེད། །༧༥།

འཛིག་ཉེན་མགོན་རྣམས་ཀྱིས་བསྟན་པ།  
 སེམས་ཅན་བསམ་དབང་རྗེས་འགྲོ་བ།  
 འཛིག་ཉེན་དུ་ནི་ཐབས་མང་པོ།  
 རྣམ་པ་མང་པོ་ཐ་དད་འགྱུར། །༧༦།

ཐབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེའི་དབྱེ་བ་དང་།  
 ལ་ལར་གཉིས་ཀའི་མཆན་ཉིད་ཅན།  
 ཐ་དད་བསྟན་པ་ཡིན་ཡང་ནི།  
 ལྟོང་དང་གཉིས་མེད་ཐ་དད་མིན། །༧༧།

གཟུངས་རྣམས་དང་ནི་ས་རྣམས་དང་།  
 སངས་རྒྱས་པ་རོལ་བྱིན་གང་དག།  
 དེ་དག་བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་ཆར།  
 ཀུན་མཁྱེན་རྣམས་ཀྱིས་གསུངས་པ་ཡིན། །༧༨།

ལུས་ངག་ཡིད་གྱིས་རྟག་པར་ནི།  
 དེ་ལྟར་སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་པ།  
 ལྟོང་ཉིད་ཚོད་པར་སྒྲ་ནམས་ལ།  
 ཆད་པའི་ཚོད་པ་ཉིད་ཡོད་མིན། ༡༠༡ །

འཁོར་བ་མྱ་ངན་འདས་པ་ལ།  
 བདག་ཉིད་ཆེ་དེ་མི་གནས་པ།  
 དེ་སྒྲུར་སངས་རྒྱས་ནམས་གྱིས་ནི།  
 མི་གནས་མྱ་ངན་འདས་འདྲིར་བཤད། ༡༠༢ །

སྤྱིང་རྗེ་རོ་གཅིག་བསོད་ནམས་གྱུར།  
 ལྟོང་ཉིད་རོ་ནི་མཆོག་གྱུར་པ།  
 བདག་དང་གཞན་དོན་བསྐྱབ་དོན་དུ།  
 གང་འཐུང་དེ་དག་རྒྱལ་སྤྱས་ཡིན། ༡༠༣ །

དངོས་པོ་ཀྱན་གྱིས་དེ་ལ་འདུད།  
 སྤྱིད་པ་གསུམ་ན་རྟག་མཆོད་འོས།  
 སངས་རྒྱས་གདུང་ནི་འཆོབ་དོན་དུ།  
 འཛིག་རྟེན་འདྲེན་པ་དེ་དག་བཞུགས། ༡༠༤ །



བྱང་ཆུབ་སེམས་འདི་ཐེག་ཆེན་པོ།  
 མཆོག་ནི་ཡིན་པར་བཤད་པ་སྟེ།  
 མཉམ་པར་གཞག་པའི་འབད་པ་ཡིས།  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་ནི་བསྐྱེད་པར་གྱིས། ༡༠༥ །

རང་དང་གཞན་དོན་བསྐྱབ་དོན་དུ།  
 སྲིད་ན་ཐབས་གཞན་ཡོད་མ་ཡིན།  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་ནི་མ་གཏོགས་པར།  
 སངས་རྒྱལ་གྱིས་སྤར་ཐབས་མ་གཟེགས། ༡༠༦ །

བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་ཅམ་གྱིས་ནི།  
 བསོད་ནམས་ཕུང་པོ་གང་ཐོབ་པ།  
 གལ་ཏེ་གཟུགས་ཅན་ཡིན་ན་ནི།  
 རྣམ་མཁའ་གང་བ་ལས་ནི་ལྟག། ༡༠༧ །

སྐྱེས་པུ་གང་ནིག་སྐད་ཅིག་ཅམ།  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་ནི་སྒྲོམ་བྱེད་པ།  
 དེ་ཡི་བསོད་ནམས་ཕུང་པོ་ནི།  
 རྒྱལ་བ་ཡིས་ཀྱང་བགྱང་མི་སྲོད། ༡༠༨ །

ཉོན་མོངས་མེད་པའི་རིན་ཆེན་སེམས།  
 འདི་ནི་ནོར་མཆོག་གཅིག་པུ་སྟེ།  
 ཉོན་མོངས་བདུད་སྟོགས་ཆོས་རྒྱན་གྱིས།  
 གཏོད་མིན་འཕྲོག་པར་བྱ་བ་མིན། ༡༠༩ །

ཇི་ལྟར་འཁོར་བར་སངས་རྒྱས་དང་།  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྟོན་ལམ་ནི།  
 མི་གཡོ་དེ་ལྟར་སྟོན་ཉིད་ནི།  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་གཞི་ལ་ནམས་ཀྱིས་བྱ། ༡༡༠ །

ངོ་མཆར་གྱིས་ཀྱང་བྱེད་ཅག་གིས།  
 ཇི་ལྟར་བཤད་པ་ལ་འབད་གྱིས།  
 དེ་ཇིས་ཀྱན་བཟང་སྦྱོང་བ་ནི།  
 རང་ཉིད་ཀྱིས་ནི་རྟོགས་པར་འགྱུར། ༡༡༡ །

རྒྱལ་མཆོག་ནམས་ཀྱིས་བསྟོད་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་ནི་བསྟོད་བྱས་པའི།  
 བསྟོད་ནམས་མཆུངས་མེད་དེང་དུ་བདག་གིས་ཐོབ་པ་གང་ཡིན་པ།  
 དེ་ཡིས་སྲིད་པའི་རྒྱ་མཆོ་དབའ་རྫོང་ནང་དུ་རྒྱབ་པ་ཡི།  
 སེམས་ཅན་རྒྱུ་གཉིས་དབང་པོས་བསྟེན་པའི་ལམ་དུ་འགྲོ་བར་ཤོག།༡༡༡།

བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་འགྲེལ་པ་སྟོབ་དཔོན་བདག་ནི་དཀའ་པོ་འཕགས་པ་ལྷ་སྐུ་བ་ཀྱིས་མཛད་པ་  
 རྫོགས་སོ། །རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་གཏམ་ཀར་དང་། ལོ་ཙཱ་བ་རབ་ཞི་བཤེས་གཉིན་གྱིས་བསྐྱར་ཅིང་ཞུས།  
 སྐད་ཀྱི་རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་ཀམ་ཀམ་དང་། བོད་ཀྱི་ལོ་ཙཱ་བ་པ་ཆབ་ཉི་མ་གྲགས་ཀྱིས་བཙུགས་སོ། །

༡༡། རྩུང་སྒྲོ་རོལ་པའི་དོ་རྩེས་མཛད་པའི་  
ལྷ་མགུར་ཨ་མ་ངོས་འཛིན་  
ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།

ཟབ་མོ་རྟེན་འབྱུང་གི་དེ་ཉིད་ངོ་མཚར།  
ངེ་བཞིན་རྩེན་པ་རུ་སྟོན་པའི་བླ་མ།  
བཀའ་བྲིན་འཁོར་མེད་དེ་སྟིང་དབྱུས་བཞུགས་ཤིག།  
གང་དཔྱ་ཐོལ་བྱུང་གི་ཆོག་གསུམ་སྒྲོའོ། ༡ །

ཨ་མ་ཀན་མོ་དེ་ཡུན་རིང་སྟོར་བའི།  
བྱ་ཁྱུང་སྟོན་པ་ང་ངེ་ཞིག་ལྷ་རྟེ།  
ཨ་མ་བྲིན་ཅན་དེ་ལྷན་ཅིག་འདུག་པ།  
ངོ་མ་ཤེས་པ་དེ་ཤེས་ལ་ཁད་སྒྲུང་ངོ། ༢ །

ངོ་ངོ་རྟེན་འབྱུང་དེས་སྐྱོག་ཏུ་བསྟན་པས།  
ཡིན་ཡིན་མིན་མིན་དེ་ཨེ་ཡིན་སྐམ་མོ།  
གཟུང་འཛིན་སྒྲ་ཆོགས་འདི་ཨ་མའི་འཇུ་མ་བག།  
སྒྲུ་འཆི་འཕོ་འགྱུར་འདི་ཨ་མའི་བརྟན་ཆོག། ༣ །

བསྐྱེམ་མེད་ཨ་མ་ཡིས་ཁོ་བོ་བསྐྱེས་སོ།  
 རྩོམ་ཆེན་འབྲུང་དེས་སྒྲིབ་པར་རེའོ།  
 རྣམ་པ་གཅིག་དུ་ན་ཨ་མ་གན་མོ།  
 ཁོ་ནའི་དྲིན་གྱིས་ནི་གྲོལ་བར་རེ་སྟེ། ༥ ॥

གཟུང་འཛིན་འདི་ཉིད་ཀྱི་འདི་ལྷ་ར་ཡིན་ན།  
 དུས་གསུམ་རྒྱལ་བས་ཀྱང་སྒྲིབ་ཐབས་མི་འདུག།  
 འབྱུར་བ་སྤྲོ་ཆོག་སེམས་འདི་འབྱུར་མེད་ཨ་མའི།  
 རྣམ་འབྱུར་ཡིན་པས་ན་གྲོལ་རྒྱུར་འདུག་གོ། ༦ ॥

ཅིར་ཡང་མ་གྲུབ་པའི་བཟོད་མེད་ཨ་མ།  
 ཅིར་ཡང་བརྟུ་བ་ཡི་པར་བརྟེན་ཚུར་བརྟེན།  
 འདི་ག་ཅམ་ཞིག་ལ་གོ་རྒྱུ་འདུག་གོ། ༧ ॥

པ་གན་བཙལ་བས་ནི་མ་རྟོད་པ་དེ།  
 མ་གན་རྟོད་པ་ཁོ་ཡིན་པར་འདུག་པས།  
 ཨ་མའི་པང་ནས་ནི་པ་གན་རྟོད་པས།  
 པ་མ་དྲིན་ཆེན་གྱིས་བྱུང་སྒྲིབ་སྐྱད། ༨ ॥

གཅིག་མིན་གཞན་མིན་གྱི་ཨ་མ་འཛིན་པ་ནས།  
 རྩོམ་ཆེན་འབྲུང་གི་མེ་ལོང་ནང་ན།  
 ཟེན་པ་མེད་ཚུལ་གྱིས་ཡོད་ཡོད་འདྲ་སྟེ།  
 སྤྱོད་པ་དང་འདྲ་ས་ནི་རྟོག་དཔྱད་མ་ཞུགས། ༩ །

ལྷ་སྤྱོད་ཐུགས་གྱི་ཞལ་ཆེམས་རྒྱུད་བསྐྱར།  
 འཇམ་དཔལ་སྟེང་པོ་ཡིས་བྱ་ཅིག་བཏང་བས།  
 ཐག་རིང་འཆོལ་བ་ཡི་དཀར་ལས་བཤོལ་ནས།  
 ལྷན་ཅིག་གནས་པ་ཡི་མ་ཆན་མཐོང་རེ། ༩ །

ད་ལྟ་རང་རེ་ཡི་སྒོ་གསལ་འགའ་ཞིག།  
 ཚུགས་ཐུབ་བདེན་གྲུབ་སོགས་བདེ་ལ་ཞེན་པས།  
 སྤང་བ་ལིང་ལིང་འདི་རང་སོར་བཞག་ནས།  
 དགག་རྒྱ་རྩ་ཅན་ཞིག་འཆོལ་བར་སྤང་སྟེ། ༡༠ །

སྤྱི་བ་བྲལ་ཨ་མ་ཡི་བཞིན་རས་དེ་ན།  
 ལང་ལང་ལིང་ལིང་དེ་ཡོད་སྐད་མི་འདུག།  
 གནད་འགགས་མ་ཐིགས་པའི་བཤད་བཤད་མང་ན།  
 ཨ་མ་ཆན་མི་དེ་བྱོས་དྲིགས་འདུག་གོ། ༡༡ །

ཡོད་ཞིག་ཡོད་མོད་ཀྱང་ད་ལྟའི་འདི་འདྲའི།  
 རོང་རོང་འགལ་འདྲ་ཅན་ཡིན་ཆོད་མི་སྤང་།  
 ས་མ་མཛེལ་གཙུག་ས་ཀྱི་འབྲལ་མེད་བག་ཕེབས།  
 འཇམ་འཇམ་སྦྱིད་སྦྱིད་ཅིག་ཡིན་པར་སྤང་ངོ་། ༡༢ །

བྱེ་མདོ་ནམ་རིག་དང་ཤར་གསུམ་མཁན་པོས།  
 ཨ་མ་སྤང་ཆེན་གྱི་ཐལ་དཀར་གཟུགས་ལ།  
 དེམ་པོ་འདྲུམ་རིས་ཀྱི་རྒྱ་སྒྲག་ཁ་པོ།  
 འཛིན་པ་ལྡན་མེད་གྱི་སྤྱུ་སྦྱོན་པ།  
 གཉིས་མེད་ཚུགས་བྱུང་གྱི་དོམ་བྱ་ངར་མའི།  
 ཐ་སྙད་སྤྲོ་ཆོག་ས་ཤིག་འདོགས་པར་བྱེད་ཀྱང་།  
 ཨ་མ་ཆན་མོ་དེ་སྟོར་ནས་འདུག་གོ། ༡༣ །

ས་སྤྱིང་ཀར་འབྲུག་གི་མཁས་བྱུང་མང་པོས།  
 གསལ་སྟོང་འཛིན་མེད་གྱི་རང་གི་རིག་པ།  
 ཀ་དག་ལྟོན་བྱུང་གྱི་ཀྱན་བཟང་རང་ཞལ།  
 མ་བཅོས་ལྟན་སྦྱིས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ། ༡༤ །

ཡོད་མིན་མེད་མིན་གྱི་ཁས་སྒྲུང་བྲལ་སོགས།  
 ལྷ་ཆོགས་ཐ་སྙད་གྱི་ཞལ་པོ་སྒྲོགས་ཀྱང་།  
 གཤིས་ལུགས་ཐིགས་པོ་ཞིག་ཡིན་ན་ལེགས་ཏེ།  
 མཇུག་མོ་འཇུག་ས་དེ་ཅི་ཞིག་ཡིན་ཡང་། ༡༥ །

ཕྱི་དོན་མ་བཤེག་པས་སྒྲོ་འཁྱབ་མི་དགོས།  
 དོན་སྒྲུ་སྡེ་གཉིས་ནམས་དགེས་དགེས་མཛོད་ཅིག།  
 རང་རིག་མ་ཡིན་ཀྱང་ཆད་གཞལ་འཐད་པས།  
 རམ་རིག་སྒྲུ་བ་ཀྱན་དགེས་དགེས་མཛོད་ཅིག། ༡༦ །

རང་མཆན་མ་བྱུབ་ཀྱང་རྟེན་འབྲེལ་བཀྲ་བས།  
 བར་གསུམ་མཁན་པོ་ཀྱན་དགེས་དགེས་མཛོད་ཅིག།  
 གསལ་སྟོང་མི་འགལ་བས་གཟུང་ཡང་ཆོག་གི།  
 སྒྲོབ་བཤད་རྒྱུད་འཛིན་ནམས་དོགས་རྒྱུང་མི་དགོས། ༡༧།

ཀནས་དག་ན་ཡང་བཟང་ངན་འཐད་པས།  
 རིག་འཛིན་ཞིག་པོ་ནམས་བཟང་ཞེན་མི་དགོས།  
 བཅོས་ནས་བསྒྲོམ་ན་ཡང་རྩོན་སྦྱོར་འཆར་བས།  
 རྟོག་ཐུན་ཀན་པོ་ནམས་ཡུ་ཚུགས་མི་དགོས། ༡༨ །



ཡོད་མེད་སྒྲིས་བུལ་དེ་ཁས་སྒྲང་ཆོག་པས།  
 རྟོག་གི་མགོ་མཁྱེགས་ན་མས་ཆབ་ཚུབ་མ་བྱེད།  
 འོན་ཀྱང་གཞུང་ལུགས་ལ་སྦྱངས་པ་ཆུང་ན་མས།  
 ཐ་སྙད་སྦྱོར་ཚུལ་ཞིག་མ་མཁྱེན་ཡིན་སྲིད། ༡༩ ॥

ཁོ་པོ་བྱིད་ཅག་ལ་མི་གུས་མ་ལགས།  
 ཐོག་ཐུག་བྱུང་ན་ནི་བཟོད་པར་མཛོད་ཅིག། ༢༠ ॥

ཁོ་པོ་ཀུན་གཤམ་གྱི་ཤར་པོ་མིན་ཡང་།  
 ས་མེས་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་རྟ་པོ་བཟང་པོ།  
 རྟག་སྦྱོར་གུས་སྦྱོར་གྱིས་བཞོན་ཚུལ་མཁས་པས།  
 གཅིག་རྟགས་འཕྲང་ལས་ནི་ཐར་བར་རེའོ། ༢༡ ॥

འཆོལ་དགོས་མི་འདུག་སྟེ་འཆོལ་མཁན་རང་ཡིན།  
 བདེན་པར་མི་ཞིན་ཏེ་བརྟུན་པ་ཉིད་ཡིན།  
 བརྟུན་པ་མི་འགོག་སྟེ་བདེན་པ་རང་ཡིན།  
 ཆད་མིན་རྟག་མིན་ལ་ངལ་གསོས་ཆོག་གོ། ༢༢ ॥

ཨ་མ་མ་མཐོང་ཡང་མིང་ཅམ་ཞིག་གིས།  
 ས་མ་རྟོན་ཅན་དེ་ཡུན་རིང་སྟོར་བ།

གན་ན་འདུག་པ་བཞིན་འཕྲད་པར་སྒྲུང་གི།  
ལྷ་སྐྱབ་ཡབ་སྐུས་དེ་བཀའ་བྱིན་ཆེའོ། ༡༣ ॥

སྒྲོ་བཟང་གཤམ་པ་དེ་བཀའ་བྱིན་ཆེའོ།  
བྱིན་ཆེན་སྒྲོ་མ་དེ་བཀའ་བྱིན་ཆེའོ།  
བཀའ་བྱིན་གཟོ་ཐབས་སུ་ཨ་མ་མཆོད་དོ། ༡༤ ॥

སྐྱེ་མེད་བཟོད་བྲལ་གྱི་ཨ་མ་ཆན་མོ།  
རིག་པའི་བྱ་ཆུང་དང་ལྷན་ཅིག་འཛོམས་ནས།  
ཀུན་བཟང་སྦྱོད་པ་ཡི་དགའ་སྟོན་ཆེན་པོས།  
མ་ཆན་འགྲོ་བ་ཀུན་གཏན་བདེར་འབྲིད་དོ། ༡༥ ॥

ཨ་མ་ལ་རོལ་པའི་དོ་རྩེ།  
ཨ་འོ་ལ་སྐྱེད་པའི་རྒྱུ་བྱོ།  
འོ་ན་ལ་འདི་རུ་བརྟུང་ནས།  
ཨ་དོ་ལ་དཀོན་མཆོག་མཆོད་དོ། ༡༦ ॥

ཞེས་ཨ་མ་ངོས་འཛིན་གྱི་བརྟུན་ཆེན་གྱི་བྱ་ཆུང་སྐྱེད་བྲལ་སྐྱེད་པའི་ཡང་དབྱ་མ་ཆེན་པོ་ལ་ལྷག་པར་མོས་  
པའི་ལྷང་སྐྱེ་རོལ་པའི་དོ་རྩེ་སྐྱེ་ལ་པའི་གནས་མཆོག་རི་བོ་ཅེ་ལྷར་སྐུས་པའི་ཡིག་བཞི་དག་སྦྱོང་དག་ལེགས་  
ནམ་མཁའོ། ॥

# དཔར་བྱང་སྒྲིན་ཆོག

རྣམ་གྲོལ་ཞི་པའི་རྒྱ་མཚོར་རོ་གཅིག་དུ།  
 གཞོལ་པའི་མཐའ་ཡས་ཆོས་རྒྱལ་དལ་བབས་ལྷང་།  
 ཆོག་གི་ཟེགས་མ་རེས་ཀྱང་དུག་གསུམ་གྱི།  
 ཇི་མ་ཡོངས་འབྱུང་ལེགས་བཤད་བདུན་ཅི་འདི།  
 དཔར་དུ་བསྒྲིན་པའི་རྣམ་དཀར་ལྷང་པོའི་མཐུས།  
 ཡང་དག་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོ་མོ་སྒྲོང་ཕྱག་བརྒྱ།  
 གདངས་སྟེ་རྒྱུད་ལྡེའི་འགྲོ་བ་མ་ལུས་པ།  
 ཇེས་ལེགས་ཞོར་བུའི་མཛོད་ལ་དབང་འབྱོར་ཤིག། ॥

དཔར་བྱང་སྒྲིན་ཆོག་འདི་ནི་མགོངས་སྒྱུ་ལྷང་བརྒྱ་པའི་པ་ལྷུ་འདི་དག་སྒྲིང་ཆོས་སྒྲིང་བང་གདབང་སྒྲོ་བཟང་  
 བསྒྲིན་འདི་རྒྱ་མཚོས་སྒྱར་བའོ། དགེའོ། ॥

This publication is sponsored by

Lama Thubten Zopa Rinpoche, Founder and Spiritual Director of  
FOUNDATION FOR THE PRESERVATION OF THE MAHAYANA TRADITION